

JADŁOSPIS OD 21.12.2023 DO 30.12.2023

DATA	ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I ODŻYWCZA DOBOWA	WARTOŚĆ ENERGETYCZNA I ODŻYWCZA DOBOWA
21.12 Czwartek Dieta podstawowa (1)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor160g Herbata250ml	Grycikowa z kaszą kukurydzianą400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Gulasz wieprzowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g(GLU PSZ, MLE) Surówka z marchwi i jabłka200g Ziemniaki150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta rybna z chudego filetu50g(RYB) Sałata80g Ogórek80g Jogurt naturalny120g(MLE) Jabłko150g Herbata250ml	E:2212kcal B:87g T:70,1g Kw.tł.nas.:20,1g W:275g W tym cukry: 48,7g Bł:28,1g Sól:6,9g	
21.12 Czwartek Dieta łatwostrawna (2)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki160g Herbata250ml	Grycikowa z kaszą kukurydzianą400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g(GLU PSZ, MLE) Surówka z marchewki i jabłka200g Ziemniaki150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta rybna z chudego filetu50g(RYB) Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	E:2201kcal B:87g T:66,1g Kw.tł.nas.:18,1g W:295g W tym cukry: 48,7g Bł:27,4g Sól:6,9g	
21.12 Czwartek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki160g Herbata250ml	Grycikowa z kaszą kukurydzianą400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g(GLU PSZ, MLE) Surówka z marchewki i jabłka 200g	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta rybna z chudego filetu50g(RYB) Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE)	E:2212kcal B:87g T:66,1g Kw.tł.nas.:18,1g W:275g W tym cukry:	

		Ziemniaki150g Kompot jabłkowy250ml	Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	48,7g Bł:28,1g Sól:6,9g
21.12 Czwartek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki160g Herbata250ml	Grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml(GLU PSZ, MLE) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g(GLU PSZ, MLE) Surówka z marchewki i jabłka200g Ziemniaki150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta rybna z chudego filetu50g(RYB) Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Jabłko pieczone bez skórki150g Herbata250ml	E:2212kcal B:87g T:66,1g Kw.tł.nas.:20,1g W:275g W tym cukry: 48,7g Bł:28,1g Sól:6,9g
21.12 Czwartek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Chleb graham 80g(GLU PSZ))Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor160g Herbata250ml (b/c)	Grysikowa z kaszą wiejską 400ml(GLU JĘCZ, SEL,MLE) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g(GLU PSZ, MLE) Surówka z marchewki i jabłka200g Ziemniaki150g Herbata250ml(b/c)	Chleb graham 80g(GLU PSZ)) Masło15g (MLE) Pasta rybna z chudego filetu50g(RYB) Sałata80g Ogórek80g Jogurt naturalny120g(MLE) Jabłko150g Herbata250ml (b/c)	Posiłek dodatkowy podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZE) Masło 10g (MLE) Pasta z Tuńczyka w sosie własnym 30g (RYB) Ogórek 80g Herbata250ml (b/c)
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2376kcal B:97g T:74,7g Kw.tł.nas.:22,1g W:255g W tym cukry: 43,7g			

	Bł:28,1g Sól:6,9g			
21.12 Czwartek Dieta biegunkowa wyszczególnione (2)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki160g Herbata250ml	Grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Ryż z pieczonym jabłkiem bez skórki200g/80g Herbata250ml	Racuchy z musem bananowym 4 sztuki(GLU PSZ, JAJ) Kisiel200ml Herbata250ml	E:2012kcal B:87g T:72,1g Kw.tł.nas.:19g W:295g W tym cukry: 48,7g Bł:28,1g Sól:6,9g
21.12 Czwartek Dieta podstawowa (C1)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor160g Herbata250ml	Grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Gulasz drobiowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g(GLU PSZ, MLE) Surówka z marchewki i jabłka200g Ziemniaki150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta rybna z chudego filetu50g(RYB) Sałata80g Ogórek80g Jogurt naturalny120g(MLE) Jabłko150g Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy podwieczorek Pieczywo pszenno- żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g(MLE)) Połędwica dębowa30g Ogórek80g Herbata250ml
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2376kcal B:97g T:74,7g Kw.tł.nas.:22,1g W:255g W tym cukry: 43,7g Bł:28,1g Sól:6,9g			

21.12 Czwartek Dieta płynna (13)	Kleik ryżowy300ml Twaróg zmiksowany z jogurtem naturalnym z dodatkiem banana300ml(MLE) Kisiel200ml Herbata250ml	Grysikowa z kaszą kukurydzianą z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Kompot jabłkowy250ml	Jogurt naturalny zmiksowany z gotowanymi warzywami i chudą wędliną300ml (MLE) (postać płynna) Budyń200ml (MLE) Herbata250ml	E:1812kcal B:67g T:60,1g Kw.tł.nas.:16,1g W:245g W tym cukry: 42,7g Bł:26,1g Sól:5,7g	
21.12 Czwartek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor160g Herbata250ml	Grysikowa z kaszą kukurydzianą400ml(SEL,ML) Gulasz wieprzowy z warzywami, zaprawiany jogurtem naturalnym, duszony180g(MLE) Surówka z marchwi i jabłka200g Ziemniaki150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta rybna z chudego filetu50g(RYB) Sałata80g Ogórek80g Jogurt naturalny120g(MLE) Jabłko150g Herbata250ml	E:2112kcal B:87g T:70,1g Kw.tł.nas.:17,1g W:275g W tym cukry: 42,7g Bł:27,1g Sól:6,9g	
22.12 Piątek Dieta podstawowa (1)	Manna na mleku 300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Pasta z ciecierzycy50g Sałata80g Rzodkiewka80g Herbata250ml	Szpinakowa z ryżem400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Kopytka10 sztuk(GLU PSZ, JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym(GLU PSZ, MLE) Fasolka szparagowa z dodatkiem oleju200g Kompot wielowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Rolada drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Ogórek80g Pomidor80g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2231kcal B:87g T:75,17g Kw.tł.nas.:21,1g W:278g W tym cukry: 49,7g Bł:28,9g Sól:6,9g	E:2221.12kcal B:103.15g T:89.7g Kw.tł.nas.: 17.78g W:298.9g W tym cukry: 43.8g Bł:28.45g Sól:6.91g
22.12 Piątek Dieta łatwostrawna (2)	Manna na mleku 300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Pomidor bez skórki80g	Szpinakowa z ryżem400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Kopytka 10 sztuk(GLU PSZ, JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym(GLU PSZ, MLE)	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Rolada drobiowa, grubo rozdrobniona	E:2151kcal B:85g T:71,12g Kw.tł.nas.:18,4g	E:2121.17kcal B:103.15g T:63.7g Kw.tł.nas.: 15.74g

	Sałata80g Herbata250ml	Marchew gotowana200g Kompot wieloowocowy250ml	50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	W:263g W tym cukry: 47,7g Bł:27,1g Sól:6,8g	W:278.9g W tym cukry: 41.8g Bł:28.97g Sól:6.22g
22.12 Piątek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Manna na mleku 300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Pomidor bez skórki80g Sałata80g Herbata250ml	Szpinakowa z ryżem400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Kopytka 10 sztuk(GLU PSZ,JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa 50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2147kcal B:85g T:68,13g Kw.tł.nas.:17,2g W:263g W tym cukry: 47,7g Bł:27,1g Sól:6,8g	E:2121.17kcal B:103.15g T:63.7g Kw.tł.nas.:15.74g W:278.9g W tym cukry: 41.8g Bł:28.97g Sól:6.22g
22.12 Piątek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Manna na mleku 300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Pomidor bez skórki80g Sałata80g Herbata250ml	Szpinakowa z ryżem400ml(GLU PSZ,MLE) Kopytka 10 sztuk(GLU PSZ,JAJ,MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Rolada drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	E:2151kcal B:85g T:74,12g Kw.tł.nas.:18,4g W:263g W tym cukry: 47,7g Bł:27,1g Sól:6,8g	E:2221.17kcal B:103.15g T:63.7g Kw.tł.nas.:15.74g W:278.9g W tym cukry: 41.8g Bł:28.97g Sól:6.22g

<p>22.12 Piątek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU OW, MLE) Chleb graham 80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Pasta z ciecierzycy 50g Sałata 80g Rzodkiewka 80g Herbata 250ml (b/c)</p>	<p>Szpinakowa z brązowym ryżem 400ml (GLU PSZ, SEL, MLE) Schab gotowany 90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym (GLU PSZ, MLE) Fasolka szparagowa z dodatkiem cebulki i oleju 200g Ziemniaki 150g Herbata 250ml (b/c)</p>	<p>Chleb graham 80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Rolada drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Ogórek 80g Pomidor 80g Jabłko 150g Kawa zbożowa na mleku 200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE) (b/c)</p>	<p>Posiłek Dodatkowy Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło 10g (MLE) Twarożek 30g (MLE) Ogórek 80g Herbata 250ml (b/c)</p>	<p>POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Sałatka z ryżem brązowym pomidorami i cebulką, skropiona oliwą 120g Herbata 250ml (b/c)</p>
<p>Wartość energetyczna i odżywcza dobowa</p>	<p>E: 2430kcal B: 90g T: 77,17g Kw.tł.nas.: 21,1g W: 254g W tym cukry: 45,4g Bł: 28,9g Sól: 7,3g</p>				
<p>22.12 Piątek Dieta biegunkowa wyszczególniona (2)</p>	<p>Kleik ryżowy 300ml Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Polędwica drobiowa 50g Kisiel 200ml Herbata 250ml</p>	<p>Szpinakowa z ryżem 400ml (GLU PSZ, SEL, MLE) Kopytka 10 sztuk (GLU PSZ, JAJ, MLE) Marchew gotowana 200g Herbata 250ml</p>	<p>Racuchy z musem bananowym 4 sztuki (GLU PSZ, JAJ) Kisiel 200ml Herbata 250ml</p>	<p>E: 2003kcal B: 82g T: 67,1g Kw.tł.nas.: 17,2g W: 272g W tym cukry: 47,8g Bł: 25,1g Sól: 6,3g</p>	<p>E: 2121,17kcal B: 103,15g T: 63,7g Kw.tł.nas.: 15,71g W: 278,9g W tym cukry: 42,8g Bł: 28,97g Sól: 6,22g</p>

<p>22.12 Piątek Dieta płynna (13)</p>	<p>Manna na mleku 300ml(GLU PSZ,MLE) Ryż biały, rozgotowany,przetarty z zupą jarzynową i drobiem bez skóry 300ml(postać płynna) Budyń200ml (MLE) Herbata250ml</p>	<p>Szpinakowa z ryżem i dodatkiem mięsa drobiowego400ml(GLU PSZ, SEL, MLE)(postać płynna) Kompot wielowocowy250ml</p>	<p>Twaróg zmiksowany z mlekiem oraz bananem300ml (MLE) (postać płynna) Kisiel 200ml Herbata250ml</p>	<p>E:1851.19kcal B:74.91g T:70.7g Kw.tł.nas.: 16.91g W:255.9g W tym cukry: 46.8g Bł:24.31g Sól:5.76g</p>	
<p>22.12 Piątek Dieta podstawowa (C1)</p>	<p>Manna na mleku300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Pasta z ciecierzycy50g Sałata80g Rzodkiewka80g Herbata250ml</p>	<p>Szpinakowa z ryżem400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Kopytka10 sztuk(GLU PSZ, JAJ, MLE) Sos zaprawiany jogurtem naturalnym(GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana200g Kompot wielowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Rolada drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Ogórek80g Pomidor80g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE)</p>	<p>Posiłek Dodatkowy Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło10g (MLE) Twarożek30g (MLE) Ogórek80g Herbata250ml</p>	
<p>Wartość energetyczna i odżywcza dobową</p>	<p>E:2321kcal B:90g T:73,17g Kw.tł.nas.:20,12g W:272g W tym cukry: 47,4g Bł:28,9g</p>				<p>E:1995.17kcal B:99.15g T:61.7g Kw.tł.nas.: 14.71g W:266.9g W tym cukry: 41.8g</p>

	Sól:7,1g				Bł:28.02g Sól:6.17g
22.12 Piątek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta z ciecierzycy50g Sałata80g Rzodkiewka80g Herbata250ml	Szpinakowa z ryżem400ml(SEL,MLE) Schab gotowany90g Sos zaprawiany jogurtem naturalnym(MLE) Fasolka szparagowa z dodatkiem cebulki i oleju200g Ziemniaki150g Kompot wielowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Rolada drobiowa, grubo rozdrobniona 50g Ogórek80g Pomidor80g Banan150g Herbata250ml	E:2011kcal B:82g T:73,1g Kw.tł.nas.:18,2g W:273g W tym cukry: 47,7g Bł:26,1g Sól:6,7g	E:2128.17kcal B:103.15g T:63.7g Kw.tł.nas.: 15.71g W:278.9g W tym cukry: 42.8g Bł:28.97g Sól:6.22g
23.12 Sobota Dieta podstawowa (1)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor80g Ogórek80g Herbata250ml	Grochowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Surówka z ogórków kiszonych z dodatkiem cebulki i oleju200g Makaron200g(GLU PSZ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Krakowska parzona,grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Jogurt naturalny120g (MLE) Jabłko 150g Herbata250ml	E:2125.29kcal B:98.12g T:73.14g Kw.tł.nas.: 19.09g W:278.12g W tym cukry: 48.11g Bł:28,29g Sól:6.45g	E:2229.98kcal B:113.9g T:72.7g Kw.tł.nas.: 21.8g W:311.89g W tym cukry: 51.45g Bł:28,93g Sól:6.32g
23.12 Sobota Dieta łatwostrawna (2)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor bez skórki160g Herbata250ml	Koperkowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Makaron200g(GLU PSZ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Krakowska parzona,grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Jogurt naturalny120g (MLE)	E:2055.12kcal B:97.08g T:73.14g Kw.tł.nas.: 19.09g W:278.12g W tym cukry: 48.11g	E:2229.98kcal B:113.9g T:72.7g Kw.tł.nas.: 21.8g W:311.89g W tym cukry:

			Jabłko bez skórki 150g Herbata250ml	Bł:26,22g Sól:6.23g	51.45g Bł:28,93g Sól:6.32g
23.12 Sobota Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor bez skórki160g Herbata250ml	Koperkowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Makaron200g(GLU PSZ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Sałata160g Jogurt naturalny120g (MLE) Jabłko bez skórki 150g Herbata250ml	E:2055.12kcal B:97.08g T:73.14g Kw.tł.nas.: 19.09g W:278.12g W tym cukry: 48.11g Bł:26,22g Sól:6.23g	E:2229.98kcal B:113.9g T:72.7g Kw.tł.nas.: 21.8g W:311.89g W tym cukry: 51.45g Bł:28,93g Sól:6.32g
23.12 Sobota Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor bez skórki160g Herbata250ml	Koperkowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ, MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Buraczki gotowane200g Makaron200g(GLU PSZ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Krakowska parzona,grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Jogurt naturalny120g (MLE) Jabłko pieczone bez skórki 150g Herbata250ml	E:2055.12kcal B:97.08g T:73.14g Kw.tł.nas.: 19.09g W:278.12g W tym cukry: 48.11g Bł:26,22g Sól:6.23g	E:2229.98kcal B:113.9g T:72.7g Kw.tł.nas.: 21.8g W:311.89g W tym cukry: 51.45g Bł:28,93g Sól:6.32g
23.12 Sobota Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor80g Ogórek80g Herbata250ml(b/c)	Grochowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Surówka z ogórków kiszonych z dodatkiem cebulki i oleju200g Makaron razowy200g(GLU PSZ)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Krakowska parzona,grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Jogurt naturalny120g (MLE)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Serek wiejski 200g(MLE) Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g(MLE)	POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Bułka grahamk65g 65g (GLU PSZ, GLU ŻYT)

		Herbata250ml (b/c)	Jabłko150g Herbata250ml (b/c)) Ogórek80g Herbata250ml (b/c)	Serek wiejski 200g (MLE)
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2297.02kcal B:99.08g T:74.14g Kw.tł.nas.: 19.09g W:248.76g W tym cukry: 46.11g Bł:27,12g Sól:6.23g				
23.12 Sobota Dieta biegunkowa wyszczególnione (2)	Kleik ryżowy300ml Suchary pszenne60g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa50g Pomidor bez skórki160g Herbata250ml	Koperkowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Sos mięsno-pomidorowy180g(GLU PSZ) Marchew gotowana z cukinią bez skórki200g Makaron200g Herbata250ml	Ryż z pieczonym jabłkiem bez skórki200g/80g Kisiel200ml Herbata250ml	E:2012.98kcal B:96.08g T:71.14g Kw.tł.nas.: 19.09g W:288.12g W tym cukry: 48.11g Bł:26,22g Sól:6.13g	E:2229.98kcal B:113.9g T:72.7g Kw.tł.nas.: 21.8g W:311.89g W tym cukry: 51.45g Bł:28,93g Sól:6.32g
23.12 Sobota Dieta podstawowa (C1)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor80g Ogórek80g Herbata250ml	Koperkowa z ziemniakami400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ,MLE) Surówka z ogórków kiszonych z dodatkiem cebulki i oleju200g Makaron200g(GLU PSZ) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Krakowska parzona,grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Jogurt naturalny120g (MLE)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Bułka maślana 35g (GLU PSZE,MLE) Banan150g Herbata250ml	POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Bułka grahamka 65g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Serek wiejski

			Jabłko 150g Herbata250ml		200g (MLE)
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2285.29kcal B:98.12g T:75.10g Kw.tł.nas.: 19.09g W:288.12g W tym cukry: 49.11g Bł:28,29g Sól:6.55g				
23.12 Sobota Dieta płynna (13)	Kleik ryżowy300ml Twaróg zmiksowany z jogurtem naturalnym z dodatkiem banana300ml(MLE) Kisiel200ml Herbata250ml	Koperkowa z ziemniakami z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry 400ml((GLU PSZ,SEL, MLE) Kompot jabłkowy250ml	Bulion drobiowy z dodatkiem warzyw pieczonych bez skóry oraz drobiu300ml(GLU PSZ) (postać płynna) Budyń 200ml(MLE) Herbata250ml	E:1886.87kcal B:90.05g T:74.78g Kw.tł.nas.: 18.45g W:251.13g W tym cukry: 43.96g Bł:25,11g Sól:6.01g	E:1976.12kcal B:89.9g T:71.76g Kw.tł.nas.: 20.8g W:267.54g W tym cukry: 45.45g Bł:26,93g Sól:6.42g
23.12 Sobota Dieta bezglutenowa (11/GL)	Ryż na mleku 300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Polędwica drobiowa z warzywami50g Pomidor80g Ogórek80g Herbata250ml	Grochowa z ziemniakami400ml(SEL, MLE) Sos mięsno-pomidorowy, zaprawiany jogurtem naturalnym180g(MLE) Surówka z ogórków kiszonych z dodatkiem cebulki i oleju200g Makaron bezglutenowy200g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Krakowska parzona,grubo rozdrobniona 50g Sałata160g Jogurt naturalny120g (MLE) Jabłko 150g Herbata250ml	E:2012.98kcal B:96.08g T:71.14g Kw.tł.nas.: 19.09g W:288.12g W tym cukry: 48.11g Bł:26,22g Sól:6.13g	E:2111.97kcal B:113.97g T:72.1g Kw.tł.nas.: 21.8g W:278.55g W tym cukry: 50.45g Bł:28,09g Sól:6.12g
24.12 Niedziela Wigilia Dieta podstawowa	Makaron na mleku 300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g	Barszcz czerwony400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Pierogi z kapustą i grzybami 6 sztuk	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE)	E:2386kcal B:102.3g T:78.8g	E:2323.77kcal B:107.21g T:74.85g

(1)	(GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Rzodkiewka 80g Sałata80g Herbata250ml	(GLU PSZ) Kompot wieloowocowy250ml	Sałatka jarzynowa 120g(JAJ,SEL) Ryba po grecku120g (RYB) Ciasto (GLU PSZ, JAJ) Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Kw.tł.nas.: 19.4g W:293.1g W tym cukry: 50.9g Bł:28,7g Sól:6.7g	Kw.tł.nas.: 20.65g W:293.22g W tym cukry: 51.49g Bł:29,09g Sól:7.19g
24.12 Niedziela Wigilia Dieta łatwostrawna (2)	Makaron na mleku 300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Sałata160g Herbata250ml	Barszcz czerwony400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Pierogi ruskie z białym serem i ziemniakami 6 sztuk (GLU PSZ, MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Sałatka jarzynowa 120g(JAJ,SEL) Ryba po grecku120g (RYB) Ciasto (GLU PSZ, JAJ) Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2392kcal B:102.3g T:78.8g Kw.tł.nas.: 19.4g W:293.1g W tym cukry: 50.9g Bł:27,1g Sól:6.7g	E:2113.34kcal B:105.34g T:72.88g Kw.tł.nas.: 20.45g W:253.33g W tym cukry: 49.49g Bł:28,09g Sól:6.89g
24.12 Niedziela Wigilia Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Makaron na mleku 300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Sałata160g Herbata250ml	Barszcz czerwony400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Pierogi ruskie z białym serem i ziemniakami 6 sztuk (GLU PSZ, MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Sałatka jarzynowa 120g(JAJ,SEL) Ryba po grecku120g (RYB) Ciasto (GLU PSZ, JAJ) Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2392kcal B:102.3g T:78.8g Kw.tł.nas.: 19.4g W:293.1g W tym cukry: 50.9g Bł:27,1g Sól:6.7g	E:2113.34kcal B:105.34g T:72.88g Kw.tł.nas.: 20.45g W:253.33g W tym cukry: 49.49g Bł:28,09g Sól:6.89g
24.12 Niedziela Wigilia Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego (4)	Makaron na mleku 300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Sałata160g Herbata250ml	Barszcz czerwony400ml(GLU PSZ,MLE) Pierogi ruskie z białym serem i ziemniakami 6 sztuk (GLU PSZ, MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Sałatka jarzynowa 120g(JAJ,SEL) Ryba po grecku120g (RYB) Ciasto (GLU PSZ, JAJ) Herbata250ml	E:2392kcal B:102.3g T:78.8g Kw.tł.nas.: 19.4g W:293.1g W tym cukry: 50.9g	E:2113.34kcal B:105.34g T:72.88g Kw.tł.nas.: 20.45g W:253.33g W tym cukry: 49.49g

				Bł:27,1g Sól:6.7g	Bł:28,09g Sól:6.89g
24.12 Niedziela Wigilia Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Makaron razowy na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Chleb graham 80g(GLU PSZ))Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Rzodkiewka 80g Sałata80g Herbata250ml (b/c)	Barszcz czerwony400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Pierogi z kapustą i grzybami 6 sztuk (GLU PSZ) Herbata250ml(b/c)	Chleb graham 80g(GLU PSZ))Masło15g (MLE) Sałatka jarzynowa 120g(JAJ,SEL) Ryba po grecku120g (RYB) Ciasto (GLU PSZ, JAJ) Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)	Posiłek dodatkowy podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZE) Masło 10g (MLE) Polędwica z indyka30g Ogórek 80g Herbata250ml (b/c)	POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Jogurt naturalny120g (MLE) Wafle ryżowe 20g
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2491kcal B:106.3g T:78.8g Kw.tł.nas.: 19.4g W:273.1g W tym cukry: 46.9g Bł:28,2g Sól:6.8g				
24.12 Niedziela Wigilia Dieta biegunkowa wyszczególnione (2)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka50g Sałata160g Herbata250ml	Barszcz czerwony400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Pierogi ruskie z białym serem i ziemniakami 6 sztuk (GLU PSZ, MLE) Herbata250ml	Racuchy z musem bananowym 4 sztuki(GLU PSZ,JAJ) Ciasto(GLU PSZ, JAJ) Herbata250ml	E:1992kcal B:101.3g T:75.8g Kw.tł.nas.: 18.2g W:273.4g W tym cukry: 48.9g Bł:23,3g Sól:6.7g	E:2113.34kcal B:105.34g T:72.88g Kw.tł.nas.: 20.45g W:253.33g W tym cukry: 49.49g Bł:28,09g Sól:6.89g

<p>24.12 Niedziela Wigilia Dieta podstawowa (C1)</p>	<p>Makaron na mleku 300ml (GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Sałata160g Herbata250ml</p>	<p>Barszcz czerwony400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Pierogi ruskie z białym serem i ziemniakami 6 sztuk (GLU PSZ, MLE) Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Sałatka jarzynowa 120g(JAJ,SEL) Ryba po grecku120g (RYB) Ciasto (GLU PSZ, JAJ) Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p>	<p>Posiłek Dodatkowy podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g(MLE)) Połudwica Z indyka30g Ogórek80g Herbata250ml</p>	<p>POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Jogurt naturalny120g (MLE) Jabłko150g</p>
<p>Wartość energetyczna i odżywcza dobową</p>	<p>E:2421kcal B:105.3g T:78.8g Kw.tł.nas.: 19.4g W:293.1g W tym cukry: 49.9g Bł:28,2g Sól:6.8g</p>				
<p>24.12 Niedziela Wigilia Dieta płynna (13)</p>	<p>Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne rozmoczone w mleku z dodatkiem jajka ma międko (postać płynna)300ml (GLU PSZ ,JAJ,MLE) Herbata250ml</p>	<p>Barszcz czerwony z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml (GLU PSZ SEL,MLE)(postać płynna) Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Puree z ziemniaków, marchewki i dodatkiem drobiu bez skóry300ml Kisiel200ml Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p>	<p>E:1886.87kcal B:90.05g T:67.18g Kw.tł.nas.: 18.45g W:251.13g W tym cukry: 43.96g Bł:27,89g Sól:6.01g</p>	

<p>24.12 Niedziela Wigilia Dieta bezglutenowa (11/GL)</p>	<p>Makaron bezglutenowy na mleku 300ml (MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Rzodkiewka 80g Sałata80g Herbata250ml</p>	<p>Barszcz czerwony400ml(SEL,MLE) Pulpet rybny90g(RYB) Sos śmietanowy80g(MLE) Surówka z kapusty kiszonej z cebulką200g Ziemniaki150g Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Sałatka jarzynowa 120g(JAJ,SEL) Ryba po grecku120g (RYB) Herbata250ml</p>	<p>E:2003.7kcal B:95.05g T:69.18g Kw.tł.nas.: 18.40g W:281.13g W tym cukry: 47.96g Bł:26,89g Sól:6.4g</p>	<p>E:2013.12kcal B:101.34g T:71.78g Kw.tł.nas.: 20.09g W:251.89g W tym cukry: 49.02g Bł:28,04g Sól:6.42g</p>
<p>25.12 Poniedziałek Dieta podstawowa (1)</p>	<p>Manna na mleku 300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor80g Ogórek80g Herbata250ml</p>	<p>Rosół z makaronem400ml(GLU PSZ, SEL) Udko pieczone Surówka z buraczków z cebulką i dodatkiem oleju200g Ziemniaki150g Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa50g Sałata 160g Jogurt naturalny120g(MLE) Jabłko150g Herbata250ml</p>	<p>E:2245kcal B:85g T:75,17g Kw.tł.nas.:20,1g W:275g W tym cukry: 47,7g Bł:28,6g Sól:6,7g</p>	<p>E:2155.11kcal B:87.23g T:70.14g Kw.tł.nas.: 18.09g W:273.86g W tym cukry: 47.11g Bł:28,29g Sól:6.43g</p>
<p>25.12 Poniedziałek Dieta łatwostrawna (2)</p>	<p>Manna na mleku 300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor bez skórki160g Herbata250ml</p>	<p>Rosół jarski z makaronem400ml(GLU PSZ, SEL) Udko gotowane Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki150g Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Jabłko bez skórki150g Herbata250ml</p>	<p>E:2003kcal B:82g T:67,1g Kw.tł.nas.:18,1g W:262g W tym cukry: 46,8g</p>	<p>E:2147.86kcal B:89.23g T:70.14g Kw.tł.nas.: 18.09g W:275.12g W tym cukry: 47.11g</p>

				Bł:27,1g Sól:6,7g	Bł:28,29g Sól:6.47g
25.12 Poniedziałek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Manna na mleku 300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor bez skórki160g Herbata250ml	Rosół jarski z makaronem400ml(GLU PSZ, SEL) Udko gotowane Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	E:2003kcal B:82g T:61,16g Kw.tł.nas.:18,1g W:262g W tym cukry: 46,8g Bł:27,1g Sól:6,7g	E:2147.86kcal B:89.23g T:70.14g Kw.tł.nas.: 18.09g W:275.12g W tym cukry: 47.11g Bł:28,29g Sól:6.47g
25.12 Poniedziałek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego (4)	Manna na mleku 300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor bez skórki160g Herbata250ml	Rosół jarski z makaronem400ml(GLU PSZ) Udko gotowane Sos zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE) Buraczki gotowane200g Ziemniaki150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Jabłko pieczone bez skórki150g Herbata250ml	E:2003kcal B:82g T:67,1g Kw.tł.nas.:18,1g W:262g W tym cukry: 46,8g Bł:27,1g Sól:6,7g	E:2147.86kcal B:89.23g T:70.14g Kw.tł.nas.: 18.09g W:275.12g W tym cukry: 47.11g Bł:28,29g Sól:6.47g
25.12 Poniedziałek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor80g Ogórek80g Herbata250ml(b/c)	Rosół z makaronem razowym400ml(GLU PSZ, SEL) Udko pieczone Surówka z buraczków z cebulką i dodatkiem oleju200g Ziemniaki150g Herbata250ml (b/c)	Chleb graham 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa50g Sałata 160g Jogurt naturalny120g(MLE) Jabłko150g Herbata250ml (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Sałatka z brązowego ryżu z pomidorem i oliwą 200g Szynka konserwowa30g Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło15g (

				MLE) Herbata250ml (b/c)	
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2285kcal B:89g T:76g Kw.tł.nas.:18,1g W:251g W tym cukry: 43,7g Bł:29,9g Sól:6,8g				E:2147.86kcal B:89.23g T:70.14g Kw.tł.nas.: 18.09g W:293.12g W tym cukry: 50.11g Bł:28,29g Sól:6.47g
25.12 Poniedziałek Dieta biegunkowa wyszczególnione (2)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne 80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa50g Kisiel 200ml Herbata250ml	Rosół jarski z makaronem400ml(GLU PSZ SEL,MLE) Udko gotowane Marchew gotowana200g Ziemniaki150g Herbata250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z gotowanych warzyw bez skórki50g Ryż gotowany z dodatkiem banana200g Herbata250ml	E:2003kcal B:82g T:67,1g Kw.tł.nas.:18,1g W:262g W tym cukry: 46,8g Bł:27,1g Sól:6,7g	POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Bułka Grahamka65g (GLU PSZ) Pasta Twarogowa 50g (MLE) Herbata250ml
25.12 Poniedziałek Dieta podstawowa (C 1)	Manna na mleku 300ml(GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica sopocka50g Pomidor80g Ogórek80g Herbata250ml	Rosół z makaronem400ml(GLU PSZ, SEL) Udko pieczone Surówka z buraczków z cebulką i dodatkiem oleju200g Ziemniaki150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa50g Sałata 160g Jogurt naturalny120g(MLE) Jabłko150g Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Sałatka z brązowego ryżu z pomidorem i oliwą 200g Szynka konserwowa30g	

				Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)50g Masło15g (MLE) Herbata250ml	
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2327kcal B:102g T:76.7g Kw.tł.nas.: 19.3g W:278.9g W tym cukry: 46.8g Bł:30g Sól:6.5g				E:1818.19kcal B:71.23g T:64.14g Kw.tł.nas.: 16.32g W:241.12g W tym cukry: 40.12g Bł:26,20g Sól:6.19g
25.12 Poniedziałek Dieta płynna (13)	Manna na mleku 300ml(GLU PSZ,MLE) Ryż biały, rozgotowany,przetarty z zupą jarzynową i drobiem bez skóry 300ml(postać płynna) Budyń200ml (MLE) Herbata250ml	Rosół jarski z makaronem i dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ SEL,MLE)(postać płynna) Kompot jabłkowy250ml	Twaróg zmiksowany z mlekiem oraz bananem300ml (MLE) (postać płynna) Kisiel 200ml Herbata250ml	E:1856.19kcal B:77.91g T:70.7g Kw.tł.nas.: 16.91g W:265.9g W tym cukry: 46.8g Bł:26.32g Sól:5.76g	E:2011.98kcal B:89.23g T:70.14g Kw.tł.nas.: 18.09g W:255.12g W tym cukry: 42.99g Bł:27,01g Sól:6.23g
25.12 Poniedziałek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE)	Rosół z makaronem bezglutenowym400ml(SEL) Udko pieczone	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE)	E:2011kcal B:84g T:73,1g	E:2222.19kcal B:89.23g T:80.14g

	<p>Polędwica sopocka50g Pomidor80g Ogórek80g Herbata250ml</p>	<p>Surówka z buraczków z cebulką i dodatkiem oleju200g Ziemniaki150g Kompot jabłkowy250ml</p>	<p>Polędwica drobiowa50g Sałata 160g Jogurt naturalny120g(MLE) Jabłko150g Herbata250ml Herbata250ml</p>	<p>Kw.tł.nas.:18,1g W:275g W tym cukry: 48,7g Bł:27,1g Sól:6,7g</p>	<p>Kw.tł.nas.: 19.32g W:300.12g W tym cukry: 54.12g Bł:29,17g Sól:6.77g</p>
<p>26.12 Wtorek Dieta podstawowa (1)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OWS, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Sałata80g Ogórek80g Herbata250ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Filet drobiowy smażony90g Surówka z kapusty z dodatkiem oleju200g Kasza jęczmienna150g(GLU JĘCZ) Kompot wielowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Pomidor160g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p>	<p>E:2121.2kcal B:94.18g T:74.12g Kw.tł.nas.: 19.1g W:268.11g W tym cukry: 47.1g Bł:28,1g Sól:6.3g</p>	<p>E:2222.19kcal B:89.23g T:80.14g Kw.tł.nas.: 19.32g W:300.12g W tym cukry: 54.12g Bł:29,17g Sól:6.77g</p>
<p>26.12 Wtorek Dieta łatwostrawna (2)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OWS, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Sałata160g Herbata250ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Filet drobiowy gotowany90g Sos pieczeniowy, zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Kasza jęczmienna150g(GLU JĘCZ) Kompot wielowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p>	<p>E:2055.12kcal B:92.1g T:62.3g Kw.tł.nas.: 16.3g W:262.12g W tym cukry: 45.11g Bł:26,22g Sól:6.2g</p>	<p>E:2222.19kcal B:89.23g T:80.14g Kw.tł.nas.: 19.32g W:300.12g W tym cukry: 54.12g Bł:29,17g Sól:6.77g</p>
<p>26.12 Wtorek Dieta łatwostrawna z</p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OWS, MLE)</p>	<p>Pomidorowa z ryżem400ml(GLU PSZ,SEL,MLE)</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE)</p>	<p>E:2055.12kcal B:92.1g</p>	<p>E:2222.19kcal B:89.23g</p>

<p>ograniczeniem tłuszczu (3)</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Sałata160g Herbata250ml</p>	<p>Filet drobiowy gotowany90g Sos pieczeniowy, zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Kasza jęczmienna150g(GLU JĘCZ) Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)</p>	<p>T:62.3g Kw.tł.nas.: 16.3g W:262.12g W tym cukry: 45.11g Bł:26,22g Sól:6.2g</p>	<p>T:80.14g Kw.tł.nas.: 19.32g W:300.12g W tym cukry: 54.12g Bł:29,17g Sól:6.77g</p>
<p>26.12 Wtorek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego (4)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OWS, MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Sałata160g Herbata250ml</p>	<p>Pomidorowa z ryżem400ml(GLU PSZ,MLE) Filet drobiowy gotowany90g Sos pieczeniowy, zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Kasza jęczmienna150g Kompot wieloowocowy250ml</p>	<p>Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml</p>	<p>E:2055.12kcal B:92.1g T:62.3g Kw.tł.nas.: 16.3g W:262.12g W tym cukry: 45.11g Bł:26,22g Sól:6.2g</p>	<p>POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Kromka chleba Graham 30g (GLU PSZ) Jajko na miękko (JAJ)</p>
<p>26.12 Wtorek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku300ml(GLU OW, MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Sałata80g Ogórek80g Herbata250ml(b/c)</p>	<p>Pomidorowa z ryżem brązowym400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Filet drobiowy smażony90g Surówka z kapusty z dodatkiem oleju200g Kasza jęczmienna150g Herbata250ml(b/c)</p>	<p>Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Pomidor160g Jabłko150g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE) (b/c)</p>	<p>Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham50g (GLU PSZE) Masło 10g (MLE) Twarożek30g (MLE) Ogórek80g Herbata250ml (b/c)</p>	<p>E:2222.19kcal B:89.23g T:80.14g Kw.tł.nas.: 19.32g W:300.12g W tym cukry: 54.12g Bł:29,17g Sól:6.77g</p>
<p>Wartość energetyczna i</p>	<p>E:2291.2kcal</p>				<p>E:1874.19kcal</p>

odżywcza dobowa	B:96.15g T:76.11g Kw.tł.nas.: 19.5g W:251.11g W tym cukry: 44.1g Bł:28,1g Sól:6.3g				B:73.14g T:80.14g Kw.tł.nas.: 17.21g W:278.12g W tym cukry: 47.76g Bł:27.17g Sól:6.23g
26.12 Wtorek Dieta biegunkowa wyszczególnione (2)	Kleik ryżowy300ml Suchary pszenne60g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Pomidor bez skórki160g Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem ((GLU PSZ,SEL, MLE) Ryż z marchewką gotowaną oraz mięsem drobiowym bez skóry200g/100g Herbata250ml	Ryż z pieczonym jabłkiem bez skórki200g/80g Kisiel200ml Herbata250ml	E:2015.12kcal B:90.1g T:62.6g Kw.tł.nas.: 16.1g W:252.12g W tym cukry: 45.11g Bł:23,22g Sól:6.2g	POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Jogurt naturalny120g (MLE) Jabłko 150g
26.12 Wtorek Dieta podstawowa (C1)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OWS, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pierś gotowana50g Sałata80g Ogórek80g Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Filet drobiowy gotowany90g Sos pieczeniowy, zaprawiany jogurtem naturalnym80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Kasza jęczmienna150g(GLU JĘCZ) Kompot wielowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Pomidor160g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe 50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Twarożek30g (MLE) Ogórek80g Herbata250ml	

Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2221.2kcal B:96.15g T:73.11g Kw.tł.nas.: 18.5g W:281.11g W tym cukry: 47.1g Bł:28,1g Sól:6.3g				E:2101.19kcal B:89.23g T:80.14g Kw.tł.nas.: 19.32g W:278.12g W tym cukry: 50.19g Bł:28,17g Sól:6.43g
26.12 Wtorek Dieta płynna (13)	Kleik ryżowy300ml Twaróg zmiksowany z jogurtem naturalnym z dodatkiem banana300ml(MLE) Kisiel200ml Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem i dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry 400ml((GLU PSZ,SEL, MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Bulion drobiowy z dodatkiem warzyw pieczonych bez skóry oraz drobiu300ml(GLU PSZ) (postać płynna) Budyń 200ml(MLE) Herbata250ml	E:1811.12kcal B:71.1g T:61.6g Kw.tł.nas.: 16.1g W:242.12g W tym cukry: 41.11g Bł:23,22g Sól:6.2g	E:2201.17kcal B:91.23g T:78.18g Kw.tł.nas.: 20.98g W:299.10g W tym cukry: 48.19g Bł:27,17g Sól:6.43g
26.12 Wtorek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Pierś gotowana50g Sałata80g Ogórek80g Herbata250ml	Pomidorowa z ryżem400ml(SEL,MLE) Filet drobiowy gotowany90g Sos pieczeniowy, zaprawiany jogurtem naturalnym80g(MLE) Marchew gotowana200g Kasza jagłana150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Polędwica drobiowa z majerankiem 50g Pomidor160g Banan150g Herbata250ml	E:2015.12kcal B:90.1g T:62.1g Kw.tł.nas.: 16.3g W:262.12g W tym cukry: 45.11g Bł:26,12g Sól:6.2g	E:2101.19kcal B:92.90g T:76.18g Kw.tł.nas.: 18.98g W:298.10g W tym cukry: 47.19g Bł:27,17g Sól:6.23g
27.12 Środa Dieta podstawowa (1)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ)	Kapuśniak400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Naleśniki z białym serem 2 sztuki (GLU PSZ, MLE, JAJ) Polewa jogurtowa80g(MLE)	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE)	E:2211.19kcal B:99.90g T:72.18g Kw.tł.nas.:	E:2101.19kcal B:92.90g T:76.18g Kw.tł.nas.:

	Rzodkiewka80g Ogórek80g Herbata250ml	Kompot jabłkowy250ml	Paszтет drobiowy50g Sałata80g Ogórek kiszony80g Jogurt naturalny120g(MLE) Jabłko150g Herbata250ml	18.98g W:304.10g W tym cukry: 49.18g Bł:29,17g Sól:6.32g	18.98g W:298.10g W tym cukry: 47.19g Bł:27,17g Sól:6.23g
27.12 Środa Dieta łatwostrawna (2)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta z białek jaj(JAJ) Pomidor bez skórki160g Herbata250ml	Koperkowa z ziemniakami400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Makaron z białym serem i polewą jogurtową200g/100g(GLU PSZ, MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica dębowa 50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	E:2161.15kcal B:101.90g T:70.02g Kw.tł.nas.: 16.18g W:301.11g W tym cukry: 47.11g Bł:27.07g Sól:6.2g	E:2101.19kcal B:92.90g T:76.18g Kw.tł.nas.: 18.98g W:298.10g W tym cukry: 47.19g Bł:27,17g Sól:6.23g
27.12 Środa Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta z białek jaj(JAJ) Pomidor bez skórki160g Herbata250ml	Koperkowa z ziemniakami400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Makaron z białym serem i polewą jogurtową200g/100g(GLU PSZ, MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	E:2011.12kcal B:103.10g T:62.15g Kw.tł.nas.: 16.18g W:301.11g W tym cukry: 49.18g Bł:27.07g Sól:6.2g	POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Jogurt naturalny120g (MLE) Jabłko 150g
27.12 Środa Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego (4)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Pasta z białek jaj(JAJ) Pomidor bez skórki160g Herbata250ml	Koperkowa z ziemniakami400ml (GLU PSZ MLE) Makaron z białym serem i polewą jogurtową200g/100g(GLU PSZ, MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g Masło15g (MLE) Polędwica dębowa50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Jabłko pieczone bez skórki150g	E:2161.19kcal B:101.90g T:71.12g Kw.tł.nas.: 16.18g W:301.11g W tym cukry:	

			Herbata250ml	49.18g Bł:27.07g Sól:6.2g	
27.12 Środa Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Patki owsiane na mleku300ml(GLU OW,MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Rzodkiewka80g Ogórek80g Herbata250ml(b/c)	Koperkowa z ziemniakami400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Makaron pełnoziarnisty z białym serem i polewą jogurtową200g/100g(GLU PSZ, MLE) Herbata250ml(b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Polędwica dębowa 50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Jabłko150g Herbata250ml (b/c)	Posiłek Dodatkowy Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło10g (MLE) Polędwica z warzywami30g Pomidor80g Herbata250ml (b/c)	POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Jogurt naturalny120g (MLE) Jabłko 150g
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2261.19kcal B:102.90g T:73.18g Kw.tł.nas.: 18.98g W:287.11g W tym cukry: 45.18g Bł:29,17g Sól:6.32g				E:1899.19kcal B:78.90g T:75.18g Kw.tł.nas.: 18.12g W:273.10g W tym cukry: 47.19g Bł:27,17g Sól:6.23g
27.12 Środa Dieta biegunkowa wyszczególnione (2)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g Pomidor bez skórki160g Kisiel200ml	Koperkowa z ziemniakami400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Naleśniki z musem bananowym 2 sztuki200g/60g(GLU PSZ, MLE,JAJ) Herbata250ml	Suchary pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Ryż z marchewką gotowaną 200g Jabłko pieczone bez skórki150g	E:2021.19kcal B:89.90g T:70.18g Kw.tł.nas.: 17.98g W:268.14g	E:2101.19kcal B:92.90g T:76.18g Kw.tł.nas.: 18.98g W:298.10g

	Herbata250ml		Herbata250ml	W tym cukry: 45.18g Bł:26,01g Sól:6.2g	W tym cukry: 47.19g Bł:27,17g Sól:6.23g
27.12 Środa Dieta podstawowa (C1)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Rzodkiewka80g Ogórek80g Herbata250ml	Kapuśniak400ml (GLU PSZ SEL,MLE) Naleśniki z białym serem 2 sztuki (GLU PSZ, MLE,JAJ) Polewa jogurtowa80g(MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Paszтет drobiowy50g Sałata80g Ogórek kiszony80g Jogurt naturalny120g(MLE) Jabłko150g Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy Pieczywo pszenno- żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło10g (MLE) Polędwica z warzywami30 g Pomidor 80g (MLE) Herbata250ml	E:2215.98kcal B:101.67g T:.80,1g Kw.tł.nas.: 19.33g W:290.15g W tym cukry: 48.10g Bł:30,01g Sól:6.16g
Wartość energetyczna i odżywcza dobowa	E:2321.17kcal B:97.23g T:75.18g Kw.tł.nas.: 19.92g W:311.10g W tym cukry: 50.19g Bł:29,17g Sól:6.43g				E:2015.976kcal B:102.87g T:.80,1g Kw.tł.nas.: 17.31g W:290.15g W tym cukry: 48.10g Bł:30,01g Sól:6.16g
27.12 Środa Dieta płynna (13)	Manna na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne rozmoczone w mleku z dodatkiem jajka ma miękko (postać płynna)300ml (GLU PSZ	Koperkowa z ziemniakami z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml (GLU PSZ SEL,MLE)(postać płynna)	Puree z ziemniaków, marchewki i dodatkiem drobiu bez skóry300ml Kisiel200ml Jogurt naturalny120g(MLE)	E:1811.87kcal B:80.90g T:67.19g Kw.tł.nas.:	E:2015.976kcal B:102.87g T:.80,1g

	,JAJ,MLE) Herbata250ml	Kompot jabłkowy250ml	Herbata250ml	16.08g W:256.11g W tym cukry: 45.19g Bł:25,07g Sól:6.1g	Kw.tł.nas.: 17.31g W:290.15g W tym cukry: 48.10g Bł:30,01g Sól:6.16g
27.12 Środa Dieta bezglutenowa (11/GL)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe 80gMasło15g (MLE) Pasta z jaj50g(JAJ) Rzodkiewka80g Ogórek80g Herbata250ml	Kapuśniak400ml (SEL,MLE) Makaron bezglutenowy z białym serem i polewą jogurtową200g/100g(MLE) Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe 80g Masło15g (MLE) Polędwica dębowa 50g Sałata160g Jogurt naturalny120g(MLE) Jabłko 150g Herbata250ml	E:2061.10kcal B:97.00g T:70.18g Kw.tł.nas.: 18.40g W:281.11g W tym cukry: 47.18g Bł:26,02g Sól:6.2g	E:2015.976kcal B:102.87g T:80,1g Kw.tł.nas.: 17.31g W:290.15g W tym cukry: 48.10g Bł:30,01g Sól:6.16g
28.12 Czwartek Dieta podstawowa (1)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Rzodkiewka 80g Ogórek80g Herbata250ml	Wielowarzywna z makaronem400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ, MLE) Surówka z białej kapusty z dodatkiem oleju200g Ziemniaki150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g (RYB) Pomidor80g Sałata80g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2156.97kcal B:101.35g T:72.88g Kw.tł.nas.: 20.45g W:311.13g W tym cukry: 49.98g Bł:28,13g Sól:6.7g	E:2015.976kcal B:102.87g T:80,1g Kw.tł.nas.: 17.31g W:290.15g W tym cukry: 48.10g Bł:30,01g Sól:6.16g
28.12 Czwartek Dieta łatwostrawna (2)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Sałata160g	Wielowarzywna z makaronem400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g (RYB)	E:2059.07kcal B:103.35g T:62.81g Kw.tł.nas.: 18.11g	POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Bułka grahamka

	Herbata250ml	naturalnym180g(GLU PSZ, MLE) Surówka z marchewki i jabłka200g Ziemniaki150g Kompot wieloowocowy250ml	Pomidor bez skórki160g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	W:301.13g W tym cukry: 48.91g Bł:27,01g Sól:6.6g	60g (GLU PSZ) Twarożek50g (MLE)
28.12 Czwartek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Sałata160g Herbata250ml	Wielowarzywna z makaronem400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ, MLE) Surówka z marchewki i jabłka200g Ziemniaki150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g (RYB) Pomidor bez skórki160g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2059.07kcal B:103.35g T:62.81g Kw.tł.nas.: 18.11g W:301.13g W tym cukry: 48.91g Bł:27,01g Sól:6.6g	E:2015.976kcal B:102.87g T:80,1g Kw.tł.nas.: 17.31g W:290.15g W tym cukry: 48.10g Bł:30,01g Sól:6.16g
28.12 Czwartek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Sałata160g Herbata250ml	Wielowarzywna z makaronem400ml(GLU PSZ, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ, MLE) Surówka z marchewki i jabłka200g Ziemniaki150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g (RYB) Pomidor bez skórki160g Banan150g Herbata250ml	E:2059.07kcal B:103.35g T:62.81g Kw.tł.nas.: 18.11g W:301.13g W tym cukry: 48.91g Bł:27,01g Sól:6.6g	POSIŁEK DODATKOWY Podwieczorek Bułka grahamka 60g (GLU PSZ) Twarożek50g (MLE)

<p>28.12 Czwartek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU OW, MLE) Chleb graham 80g (GLU PSZ)) Masło 15g (MLE) Twarożek 50g (MLE) Rzodkiewka 80g Ogórek 80g Herbata 250ml (b/c)</p>	<p>Wielowarzywna z makaronem razowym 400ml (GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym 180g (GLU PSZ, MLE) Surówka z białej kapusty z dodatkiem oleju 200g Ziemniaki 150g Herbata 250ml (b/c)</p>	<p>Chleb graham 80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Pasta z tuńczyka w sosie własnym 50g (RYB) Pomidor 80g Sałata 80g Banan 150g Kawa zbożowa na mleku 200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE)</p>	<p>Posiłek dodatkowy podwieczorek Chleb Graham 50g (GLU PSZE) Masło 10g (MLE) Kurczak w galarecie 30g Ogórek 80g Herbata 250ml (b/c)</p>	
<p>Wartość energetyczna i odżywcza dobową</p>	<p>E: 2250.97kcal B: 101.35g T: 70.88g Kw.tł.nas.: 18.45g W: 287.11g W tym cukry: 45.98g Bł: 29,11g Sól: 6.7g</p>				<p>E: 1879.98kcal B: 69.75g T: 74,1g Kw.tł.nas.: 17.33g W: 275.19g W tym cukry: 46.09g Bł: 27.87g Sól: 6.06g</p>
<p>28.12 Czwartek Dieta biegunkowa wyszczególniona (2)</p>	<p>Kleik ryżowy 300ml Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Polędwica drobiowa 50g Pomidor bez skórki 160g Kisiel 200ml Herbata 250ml</p>	<p>Wielowarzywna z makaronem 400ml (GLU PSZ, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami 180g (GLU PSZ,) Marchew gotowana 200g Ziemniaki 150g Herbata 250ml</p>	<p>Racuchy z bananami 4 sztuki (GLU PSZ, JAJ) Suchary 50g (GLU PSZ) Kisiel 200ml Herbata 250ml</p>	<p>E: 2022kcal B: 80.11g T: 70.1g Kw.tł.nas.: 19.15g W: 314.13g W tym cukry: 48.98g Bł: 25,13g Sól: 6.7g</p>	<p>E: 2019.90kcal B: 102.87g T: 80,1g Kw.tł.nas.: 17.31g W: 276.15g W tym cukry: 47.08g Bł: 29,01g Sól: 6.09g</p>

28.12 Czwartek Dieta podstawowa (C1)	Ryż na mleku300ml (MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Rzodkiewka 80g Ogórek80g Herbata250ml	Wielowarzywna z makaronem400ml(GLU PSZ, SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym180g(GLU PSZ, MLE) Surówka z marchewki i jabłka200g Ziemniaki150g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g Polędwica sopocka50g Pomidor80g Sałata80g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Posiłek Dodatkowy podwieczorek Pieczywo pszenno-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g(MLE)) Kurczak w Galarecie50g Ogórek80g Herbata250ml	
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2250.97kcal B:101.35g T:70.88g Kw.tł.nas.: 18.4g W:297.11g W tym cukry: 47.18g Bł:29,11g Sól:6.7g				
28.12 Czwartek Dieta płynna (13)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne rozmoczone w mleku z dodatkiem piersi gotowanej300ml(GLU PSZ, MLE)(postać płynna) Kisiel200ml Herbata250ml	Wielowarzywna z makaronem i z dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ, SEL, MLE)(postać płynna) Kompot wieloowocowy250ml	Ryż gotowany na mleku zmiksowany z bananem300ml(MLE) Jogurt naturalny120g(MLE) Herbata250ml	E:1879.22kcal B:87.35g T:65.18g Kw.tł.nas.: 17.42g W:277g W tym cukry:	

				45.18g Bł:26,20g Sól:5.22g
28.12 Czwartek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Ryż na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Twarożek50g(MLE) Rzodkiewka 80g Ogórek80g Herbata250ml	Wielowarzywna z makaronem bezglutenowym400ml(SEL, MLE) Potrawka drobiowa z warzywami, zaprawiana jogurtem naturalnym180g (MLE) Surówka z białej kapusty z dodatkiem oleju200g Ziemniaki150g Kompot wielowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Pasta z tuńczyka w sosie własnym50g (RYB) Pomidor80g Sałata80g Banan150g Herbata250ml	E:2150.17kcal B:101.35g T:72.88g Kw.tł.nas.: 18.45g W:301.13g W tym cukry: 47.98g Bł:25,13g Sól:6.6g
29.12 Piątek Dieta podstawowa (1)	Płatki owsiane na mleku300ml GLU OW, MLE Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Schab pieczony50g Sałata160g Herbata250ml	Krupnik z kaszą wiejska400ml (GLU JĘCZ, SEL,MLE) Jajko sadzone(JAJ) Sos chrzanowo-jogurtowy80g(GLU PSZ, MLE) Mizéria z cebulką i śmietaną200g(MLE) Ziemniaki150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Sałatka ryżowa z warzywami 120g Pomidor80g Ogórek80g Jogurt naturalny120g(MLE) Jabłko150g Herbata250ml	E:2172.6kcal B:110.3g T:77,8g Kw.tł.nas.: 19.8g W:273.1g W tym cukry: 49.9g Bł:28,7g Sól:6.8g
29.12 Piątek Dieta łatwostrawna (2)	Płatki owsiane na mleku300ml GLU OW, MLE Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g 50g Sałata160g Herbata250ml	Krupnik z kaszą wiejska400ml (GLU JĘCZ, SEL,MLE) Jajko gotowane na parze(JAJ) Sos jogurtowy80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Sałatka ryżowa z warzywami bez skórki 120g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Jabłko bez skórki150g	E:2071.6kcal B:100.9g T:61,8g Kw.tł.nas.: 17.2g W:263.1g W tym cukry: 48.9g Bł:27,1g

			Herbata250ml	Sól:6.7g
29.12 Piątek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Płatki owsiane na mleku300ml GLU OW, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g 50g Sałata160g Herbata250ml	Krupnik z kaszą wiejska400ml (GLU JĘCZ, SEL,MLE) Jajko gotowane na parze(JAJ) Sos jogurtowy80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Sałatka ryżowa z warzywami bez skórki 120g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Jabłko bez skórki150g Herbata250ml	E:2071.6kcal B:100.9g T:61,8g Kw.tł.nas.: 17.2g W:263.1g W tym cukry: 48.9g Bł:27,1g Sól:6.7g
29.12 Piątek Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego (4)	Płatki owsiane na mleku300ml GLU OW, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica wiśniowa50g 50g Sałata160g Herbata250ml	Krupnik z kaszą wiejska400ml (GLU JĘCZ, MLE) Jajko gotowane na parze(JAJ) Sos jogurtowy80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Sałatka ryżowa z warzywami bez skórki 120g Pomidor bez skórki160g Jogurt naturalny120g(MLE) Jabłko pieczone bez skórki150g Herbata250ml	E:2071.6kcal B:100.9g T:61,8g Kw.tł.nas.: 17.2g W:263.1g W tym cukry: 48.9g Bł:27,1g Sól:6.7g
29.12 Piątek Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku300ml (GLU OWS, MLE) Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Schab pieczony50g Sałata160g Herbata250ml(b/c)	Krupnik z kaszą wiejska400ml (GLU JĘCZ, SEL,MLE) Jajko sadzone(JAJ) Sos chrzanowo-jogurtowy80g(GLU PSZ, MLE) Mizeria z cebulką i śmietaną200g(MLE) Ziemniaki150g Herbata250ml (b/c)	Chleb graham80g (GLU PSZ) Masło15g (MLE) Sałatka ryżowa z brązowym ryżem i warzywami 120g Pomidor80g Ogórek80g Jogurt naturalny120g(MLE) Jabłko150g Herbata250ml(b/c)	Posiłek Dodatkowy podwieczorek Chleb graham 50g (GLU PSZ) Masło 10g(MLE)) Krakowska parzona30g Ogórek80g Herbata250ml (b/c)
Wartość energetyczna i	E:2276.65kcal			

odżywcza dobowa	B:112.35g T:78.18g Kw.tł.nas.: 19.15g W:243.13g W tym cukry: 43.18g Bł:28,79g Sól:6.89g			
29.12 Piątek Dieta biegunkowa wyszczególnione (2)	Kleik ryżowy300ml (MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica wisniowa50g Sałata160g Kisiel200ml Herbata250ml	Krupnik z kaszą manną 400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Ryż gotowany z jabłkiem pieczonym bez skórki200g/80g Herbata250ml	Naleśniki z musem bananowym 2 sztuki (GLU PSZ,JAJ) Kisiel 200ml Herbata250ml	E:2051.5kcal B:106.35g T:76.8g Kw.tł.nas.: 18,2g W:263.13g W tym cukry: 45.91g Bł:25,79g Sól:6.6g
29.12 Piątek Dieta podstawowa (C1)	Płatki owsiane na mleku300ml GLU OW, MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Schab pieczony50g Sałata160g Herbata250ml	Krupnik z kaszą wiejska400ml (GLU JĘCZ, SEL,MLE) Jajko gotowane na parze(JAJ) Sos jogurtowy80g(GLU PSZ,MLE) Marchew gotowana200g Ziemniaki150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Sałatka ryżowa z warzywami 120g Pomidor80g Ogórek80g Jogurt naturalny120g(MLE) Jabłko150g Herbata250ml	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszenno- razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Krakowska parzona30g Ogórek80g Herbata250ml

Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2246.2kcal B:108.3g T:78.18g Kw.tł.nas.: 18.15g W:283.13g W tym cukry: 47.11g Bł:28,79g Sól:6.89g			
29.12 Piątek Dieta płynna (13)	Manna na mleku 300ml(GLU PSZ,MLE) Ryż biały, rozgotowany,przetarty z zupą jarzynową i drobiem bez skóry 300ml(postać płynna) Budyń200ml (MLE) Herbata250ml	Krupnik z kaszą wiejską i dodatkiem mięsa drobiowego bez skóry400ml(GLU PSZ,SEL,MLE) Kompot jabłkowy250ml	Puree z ziemniaków, marchewki, na wywarze 300ml(postać płynna) Jogurt naturalny120g (MLE) Herbata250ml	E:18176.9kcal B:75.9g T:62.7g Kw.tł.nas.: 16.8g W:239.89g W tym cukry: 40.45g Bł:25.49g Sól:5.22g
29.12 Piątek Dieta bezglutenowa (11/GL)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Schab pieczony50g Sałata160g Herbata250ml	Krupnik z kaszą jaglaną400ml (SEL,MLE) Jajko sadzone(JAJ) Sos chrzanowo-jogurtowy80g(MLE) Mizeria z cebulką i śmietaną200g(MLE) Ziemniaki150g Kompot jabłkowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Sałatka ryżowa z warzywami 120g Pomidor80g Ogórek80g Jogurt naturalny120g(MLE) Jabłko150g Herbata250ml	E:2141.6kcal B:107.3g T:72.8g Kw.tł.nas.: 19.8g W:273.1g W tym cukry: 49.9g Bł:26,7g Sól:6.8g
30.12 Sobota Dieta podstawowa (1)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g	Ogórkowa z ziemniakami 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem i	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g	E:2111.23kcal B:92.12g T:63.14g

	(GLU PSZ, GLU ŻYT)Masło15g (MLE) Szynka parzona,grubo rozdrobniona50g Pomidor80g Sałata80g Herbata250ml	cynamomem200g/80g Kompot wieloowocowy250ml	(MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Ogórek160g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Kw.tł.nas.: 18.09g W:275.12g W tym cukry: 47.11g Bł:28,19g Sól:6.25g
30.12 Sobota Dieta łatwostrawna (2)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Szynka parzona,grubo rozdrobniona50g Pomidor bez skórki80g Sałata80g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem 200g/80g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2011.20kcal B:90.12g T:63.12g Kw.tł.nas.: 17.09g W:267.12g W tym cukry: 46.11g Bł:26,4g Sól:6.2g
30.12 Sobota Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Szynka parzona,grubo rozdrobniona50g Pomidor bez skórki80g Sałata80g Herbata250ml	Zupa ziemniaczana 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem 200g/80g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo pszenne80g (GLU PSZ)Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki160g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	E:2011.20kcal B:90.12g T:63.12g Kw.tł.nas.: 17.09g W:267.12g W tym cukry: 46.11g Bł:26,4g Sól:6.2g

30.12 Sobota Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego (4)	Makaron na mleku 300ml (GLU PSZ, MLE) Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Szynka parzona, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki 80g Sałata 80g Herbata 250ml	Zupa ziemniaczana 400ml (GLU PSZ, SEL, MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem 200g/80g Kompot wieloowocowy 250ml	Pieczywo pszenne 80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Pomidor bez skórki 160g Banan 150g Herbata 250ml	E: 2011.20kcal B: 90.12g T: 63.12g Kw.tł.nas.: 17.09g W: 267.12g W tym cukry: 46.11g Bł: 26,4g Sól: 6.2g
30.12 Sobota Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6)	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLU OW, MLE) Chleb graham 80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Szynka parzona, grubo rozdrobniona 50g Pomidor 80g Sałata 80g Herbata 250ml (b/c)	Ogórkowa z ziemniakami 400ml (GLU PSZ, SEL, MLE) Ryż brązowy zapiekany z jabłkiem i cynamonem 200g/80g Herbata 250ml (b/c)	Chleb graham 80g (GLU PSZ) Masło 15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Ogórek 160g Jabłko 150g Kawa zbożowa na mleku 200ml (GLU ŻYT, GLU JĘCZ, MLE) (b/c)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Chleb Graham 50g (GLU PSZE) Masło 10g (MLE) Twarożek 30g (MLE) Sałata 80g Herbata 250ml (b/c)
Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E: 2281.23kcal B: 94.12g T: 65.04g Kw.tł.nas.: 18.13g W: 255.12g W tym cukry: 43.11g			

	Bł:28,19g Sól:6.2g			
30.12 Sobota Dieta biegunkowa wyszczególnione (2)	Kleik ryżowy300ml Pieczywo pszenne80g(GLU PSZ) Masło15g (MLE) Kurczak w galarecie50g Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa ziemniaczana 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem 200g/80g Herbata250ml	Marchew gotowana z kaszą manną300g Kisiel200ml Suchary30g (GLU PSZ) Herbata250ml	E:2016.6kcal B:87.3g T:60.8g Kw.tł.nas.: 17.4g W:245.1g W tym cukry: 41.9g Bł:24,9g Sól:6.8g
30.12 Sobota Dieta podstawowa (C1)	Makaron na mleku300ml(GLU PSZ,MLE) Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Szynka parzona,grubo rozdrobniona50g Pomidor80g Sałata80g Herbata250ml	Ogórkowa z ziemniakami 400ml(GLU PSZ,SEL, MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamomem200g/80g Kompot wielowocowy250ml	Pieczywo pszenno-żytnie, razowe80g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Ogórek160g Banan150g Kawa zbożowa na mleku200ml(GLU ŻYT, GLU JĘCZ,MLE)	Posiłek Dodatkowy Podwieczorek Pieczywo pszen no-żytnie, razowe50g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło 10g (MLE) Twarożeki30g (MLE) Sałata80g Herbata250ml

Wartość energetyczna i odżywcza dobową	E:2271.23kcal B:94.12g T:65.04g Kw.tł.nas.: 18.13g W:285.12g W tym cukry: 46.10g Bł:28,19g Sól:6.2g			
30.12 Sobota Dieta płynna (13)	Makaron na mleku300ml (postać płynna)(MLE ,GLU PSZ) Manna z marchewką gotowaną i dodatkiem drobiu bez skóry (postać płynna)300ml (GLU PSZ ,JAJ,MLE) Kisiel200ml Herbata250ml	Zupa ziemniaczana z dodatkiem drobiu bez skóry400ml (GLU PSZ,SEL, MLE) Kompot wieloowocowy250ml	Jajko na miękko zmiksowane z wywarem jarzynowym i ryżem gotowanym 300ml(GLU PSZ, JAJ) Jogurt naturalny zmiksowany z bananem 300ml(MLE) Herbata250ml	E:1916.kcal B:92.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 17.2g W:265.1g W tym cukry: 41.9g Bł:26,7g Sól:6.8g
30.12 Sobota Dieta bezglutenowa (11/GL)	Makaron bezglutenowy na mleku300ml(MLE) Pieczywo bezglutenowe80g Masło15g (MLE) Szynka parzona,grubo rozdrobniona50g Pomidor80g Sałata80g Herbata250ml	Ogórkowa z ziemniakami 400ml(SEL, MLE) Ryż zapiekany z jabłkiem i cynamomem200g/80g Kompot wieloowocowy250ml	Pieczywo bezglutenowe80gMasło15g (MLE) Polędwica z indyka, grubo rozdrobniona 50g Ogórek160g Herbata250ml	E:2056.6kcal B:104.3g T:62.8g Kw.tł.nas.: 19.4g W:270.1g W tym cukry: 43.9g Bł:26,1g Sól:6.8g